

Mallet Finger

Wat is een mallet finger

Een mallet finger is een vinger met een afscheuring van de strekpees van het laatste vingerkootje. Het topje kan dan niet meer actief gestrekt worden. In sommige gevallen breekt er zelfs een stukje bot af. Dit kan gebeuren doordat er met een gestrekte vinger ergens tegenaan wordt gestoten bij sport of bijvoorbeeld bij het opmaken van een bed.

Mallet Finger Deformity



Behandeling

Er wordt een spalk om de vinger geplaatst waarbij het laatste kootje zoveel mogelijk in overstrekking staat. In deze stand krijgt het peesje wat kapot is gegaan de kans om weer aan elkaar te groeien. Het is erg belangrijk dat u de spalk niet zelf af doet. De kans is namelijk groot dat de pees scheurt of verlengd wordt en de spalkperiode opnieuw begint. De totale herstelperiode bedraagt minimaal 12 weken.

!Let op: u mag geen sieraden dragen aan uw hand en pols.

Periode 1: (week 1-6)

De handtherapeut meet de juiste spalk aan en er worden afspraken gemaakt over het schoonmaken van de vinger en de spalk. Het is belangrijk om de overige gewrichten zo veel mogelijk soepel te houden. De therapeut geeft u daarvoor oefeningen mee.

- De spalk dient continue gedragen te worden (dus 24 uur per dag!). U mag deze niet af doen.
- De vinger mag niet nat worden.
- U mag de hand niet zwaar belasten, dus geen krat dragen maar een kopje vasthouden mag wel.
- Mochten er problemen zijn met de spalk dan moet u contact op te nemen met de therapeut.
- Bij toenemende pijn, een kloppend gevoel, zwelling of knellen van het spalkje is het verstandig contact op te nemen met de handtherapeut.

Periode 2: (week 6-8)

De therapeut zal beoordelen of de pees intact is en start voorzichtig samen met u het oefenen. Is de pees nog niet voldoende geheeld (de vinger zakt vanzelf weer naar beneden), dan wordt de spalkperiode verlengd.

- De spalk gaat alleen af tijdens het oefenen.
- De nadruk ligt op actief strekken van de vinger.
- Mocht u het gevoel hebben dat de vinger minder goed strekt tijdens het oefenen, dan de spalk meteen weer om te doen.

- De oefeningen worden ontspannen uitgevoerd.
- Mocht er toch pijn ontstaan tijdens of na het oefenen en blijft de pijn langer dan een half uur bestaan, dan is het raadzaam de oefenintensiteit te verminderen.

Periode 3: (week 8-10)

De spalk zal overdag langzaam worden afgebouwd. De therapeut spreekt dit met u af, gaat dit namelijk te snel dan zal de pees kunnen scheuren of in een verlengde stand genezen.

- De buigoefeningen gaan vanaf deze week starten.
- De buiging zal met ongeveer 10 graden per week opgebouwd worden met behoud van de eindstrekking.
- De strekoefeningen blijven gehandhaafd.
- Gedurende de nacht moet de spalk altijd gedragen worden.
- Alleen de oefeningen intensiveren of de spalk afbouwen in overleg met de therapeut.

Periode 4: (vanaf week 10)

- Geleidelijk aan kan de belasting van de hand worden opgevoerd tot functieherstel.
- De spalk wordt in overleg met de therapeut verder afgebouwd.
- Let op! Geen plotseling knijpbewegingen maken.
- Na ongeveer 12 weken is de hand week volledig belastbaar.

Schoonmaken van de spalk:

De therapeut zal u voordoen hoe u de spalk en de vinger het beste kan schoonmaken. Het is onmogelijk om dit alleen uit te voeren.

- Zorg dat u alles klaar heeft staan (iets om de vinger op te leggen, schoonmaakmateriaal, handdoek).
- Zorg dat bij het af en om doen van de spalk de vinger in overstrekking blijft.
- Doe de spalk voorzichtig af en zorg dat het topje ondersteund is (plaats hem in overstrekking).
- Plaats de vingertop op het tafelloppervlak of op een verhoging..
- De spalk kan schoongemaakt worden met afwasmiddel of een milde zeep.
- Laat de vinger en de spalk goed drogen om smetplekjes te voorkomen.

Complicatie:

Het kan voorkomen dat tijdens de oefenperiode het topje toch weer gaat hangen. In overleg met de arts en/of therapeut zal dan het verder behandelplan worden besproken. Vaak wordt er in de eerste instantie besloten om de spalk weer continue te gaan dragen gedurende 4-6 weken. Mocht deze poging niet succesvol zijn dan kan de arts besluiten om, in overleg met u, voor een operatie te kiezen. De strekpees kan dan vastgehecht worden of het topje kan vastgezet worden. Na de eerstgenoemde ingreep volgt ook weer een periode van revalidatie zoals beschreven vanaf periode 1. De arts kan u verder inlichten over de voor- en nadelen van deze operaties.

Vragen

Heeft u nog vragen, neemt u dan contact op met uw (hand)fysiotherapeut of met uw (huis)arts.

Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.

Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar [PatiëntService, psb@bernhoven.nl](mailto:PatiëntService_psb@bernhoven.nl).

Bernhoven

Nistelrodeseweg 10
5406 PT UDEN

Postbus 707
5400 AS UDEN

T: 0413 - 40 40 40
E: communicatie@bernhoven.nl
I: www.bernhoven.nl



Ga naar
www.zorgkaartnederland.nl

Code: Datum gewijzigd: donderdag 10 november 2016